

## PERBANDINGAN POLA MAKAN, KUALITAS HIDUP LANSIA YANG TINGGAL BERSAMA KELUARGA INTI DAN BUKAN KELUARGA INTI

### *Comparison of Diet, Quality of Life Elderly People Who Live with the Main Family and Outside the Main Family*

**Reski Pebriani, Burhanuddin Bahar, Rahayu Indriasari**

Bagian Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin  
(reskipebi30@gmail.com, gizifkmuh@gmail.com, rindriasari@gmail.com, 085242604686)

#### ABSTRAK

Pada tahun 1971 Indonesia sebagai salah satu negara berkembang juga mengalami peningkatan populasi lansia dari 4,48% (5,3 juta jiwa) menjadi 9,77% (23,9 juta jiwa) pada tahun 2010. Berdasarkan data susenas tahun 2013 jumlah populasi lansia di Indonesia telah mencapai 8,05% atau 20,04 juta jiwa dari keseluruhan jumlah penduduk Indonesia. Penelitian ini bertujuan mengetahui perbedaan pola makan dan kualitas hidup lansia yang tinggal bersama keluarga inti dan bukan keluarga inti. Desain penelitian yang digunakan adalah *observational* dengan metode deskriptif. Pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling* dengan jumlah sampel 70 lansia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan antara kualitas hidup lansia yang tinggal bersama keluarga dan bukan keluarga inti yaitu kualitas hidup sedang 31 (81,57%) dan 26 (81,25%) sedangkan untuk pola makan yang tergolong sering dikonsumsi lansia baik yang tinggal bersama keluarga inti maupun keluarga inti adalah jenis karbohidrat nasi, protein ikan, sayur daun kacang panjang dan labu kuning, buah pisang serta lemak minyak. Kesimpulan penelitian ini adalah lansia yang tinggal bersama bukan keluarga inti memiliki kualitas hidup rendah 4.75 kali dibandingkan dengan responden yang tinggal bersama keluarga inti dan tidak ada perbedaan pola makan antara keluarga inti dan bukan keluarga inti.

**Kata kunci: Lansia, pola makan, kualitas hidup**

#### ABSTRACT

*In 1971 Indonesia as a developing country's elderly population also increased from 4.48% (5.3 million) to 9.77% (23.9 million) in 2010. Based on data Susenas in 2013 the number of the elderly population in Indonesia has reached 8.05% or 20.04 million of the total population of Indonesia. This study aims to determine differences in diet and quality of life of elderly people who live with the main family and outside the main family. The study design was an observational descriptive method. Sampling in this study using accidental sampling with total sample of 70 elderly. The results showed that there was no difference between the quality of life of elderly people who live with the main family and outside the main family is the quality of life was 31 (81.57%) and 26 (81.25%). As for diet consumed frequently elderly classified as either stay with the main family and outside the main family is a type of rice as carbohydrate, fish as protein, vegetable leaves long beans and yellow squash, bananas and fat oils. The conclusion of this study is the elderly who live with outside the main family have a lower quality of life of 4.75 times compared with respondents who lived with the main family and no differences in diets in both.*

**Keyword: Elderly, diet, quality of life**